

FICHAS INFORMATIVAS: SALUD MENTAL EN EL AMBITO LABORAL

02 EVALUACIÓN DE RIESGOS PSICOSOCIALES

La Ley 31/1995, de 8 de noviembre, de Prevención de Riesgos Laborales garantiza el derecho de las personas trabajadoras a ser protegidos frente a riesgos laborales. Las empresas tienen la obligación de evaluar los riesgos psicosociales y adoptar medidas preventivas para identificar, eliminar o minimizar dichos riesgos y así mejorar tanto las condiciones como las percepciones de las personas trabajadoras en el ámbito laboral.



Fases de la Evaluación de Riesgos Psicosociales

- 1 Identificación de factores de riesgo.
- 2 Elección de metodologías y técnicas.
- 3 Planificación y ejecución del trabajo de campo.
- 4 Análisis de resultados y elaboración de informes.
- 5 Diseño de programas de intervención.
- 6 Seguimiento y control de las medidas adoptadas.

TÉCNICAS DE EVALUACIÓN

- Entrevistas.
- Encuestas.
- Observación.
- Grupos de discusión.
- Análisis de datos preexistentes.

MÉTODOS DE EVALUACIÓN

Existen distintos métodos de evaluación de riesgos psicosociales, debiendo aplicar el método que mejor se adapte a las características de la empresa a evaluar. Una vez que ya se cuenta con información suficiente o al menos inicial sobre qué factores sería necesario estudiar y cuáles son las características generales de la organización que determinan unas condiciones de trabajo u otras, se procedería a la elección del método. La metodología debe garantizar la **validez y fiabilidad de los resultados, participación, anonimato y confidencialidad**.

¿Cómo se puede medir?

1

Cuantitativo

Análisis de aspectos numéricos mediante cuestionarios o encuestas, como FPSICO e ISTAS.

2

Cualitativo

Comprensión profunda a través de entrevistas y grupos de discusión.



Métodos Destacados:

- **FPSICO:** Método cuantitativo del INSST que evalúa nueve factores psicosociales claves (como carga de trabajo, relaciones y apoyo social).
- **CoPsoQ ISTAS 21:** Evaluación y prevención de riesgos psicosociales a nivel cuantitativo y cualitativo.
- **Guías INSST para PYMES:** Autoevaluación práctica para pequeñas y medianas empresas.

PROPIEDADES ESENCIALES QUE DEBE DE REUNIR UN MÉTODO DE EVALUACIÓN PSICOSOCIAL PARA SER COMPLETO Y EFECTIVO

- Disponer de un procedimiento y una metodología estandarizada que recoja todas las unidades de análisis (englobe todos los puestos de trabajo) de manera adecuada.
- Disponer de una metodología que permita establecer que variables deben de ser medidas.
- Proponer y establecer las variables de segmentación. Debe decir que falla y donde.
- Ser efectiva, proponer acciones preventivas realistas, proporcionadas, escaladas y viables para los riesgos que lo requieran.
- Adaptarse a las diversas necesidades de las empresas de distintos tamaños, a las diferencias entre sectores productivos y ajustarse a sus dimensiones y necesidades.
- **Los representantes de las personas trabajadoras deben estar presentes en todo el proceso,** desde la elección del método, la forma en que se van a realizar las encuestas, la selección de unidades de análisis, en hacer una campaña para que toda la plantilla participe, debiendo ser Anónima, velará para que se cumplan los requisitos indispensables de la evaluación de riesgos psicosociales la cual evaluará la situación de riesgo y las consecuencias.



La Inspección de Trabajo y Seguridad Social aprobó el **Criterio Técnico 104/2021 de Actuaciones de la Inspección de Trabajo y Seguridad Social** en Riesgos Psicosociales, con el objetivo de informar sobre las interpretaciones que realiza este órgano sobre determinadas cuestiones relativas a la gestión y la protección de las personas trabajadoras en las empresas ante los riesgos psicosociales.